



食育だより3月号



令和7年3月 白山市立蕪城小学校

2月に大雪が降った今年の冬でしたが、春はすぐそこまで来ています。3月の給食もあと14回、6年生は11回だけになりました。

この1年間で好きな食べ物はふえましたか？3月はみなさんに人気の給食がたくさん登場します。給食室では最後の日まで心を込めておいしい給食を作ります。持続可能な社会を目指して自分の食生活を見直しましょう。今までよりひとり一人がお米を一口多く食べることで、食料自給率を上げることができます。食品ロス削減にも貢献できます。自分の健康のため、食べ物の命のため、作ってくれた人のため、そして地球環境のために、すきらいせず食べて全校で残食ゼロをめざしましょう。

※SDGs:持続可能な開発目標



1月と2月は全校の給食の残食がとても少なかったです。残食ゼロの日も数日ありました！



保護者の皆様へ～ 給食の良いところは・・・

- ①栄養のバランスが良い
- ②主食・主菜・副菜・汁物・牛乳がそろっている
- ③毎日メニューが変わる（郷土料理や特別献立など）
- ④手づくりできたて（ハンバーグ、グラタン、調理パンなど）
- ⑤新鮮な旬の地元の食材をつかっている
- ⑥みんなと食べるから楽しくておいしい
- ⑦安い！
- ⑧きらいな食べ物も出る… 実はこれがとても大切なことです。きらいな食べ物に出会う機会が多いほど、好きになるチャンスも増えてきます。きのう食べられなかつたあさりが、今日は食べられるかもしれません。



1年間の食生活を
ふりかえろう

ここに心を込めて食事のあいさつをしていますか？気持ちが伝わる「いただきます」「ごちそうさま」を言いましょう



せっけんできれいに手を洗っていますか？手洗いは病気から体を守るために大切です。

全校のみなさんへ

まいにち毎日給食を残さずに食べてくれてありがとうございます。みなさんからの「おいしかったよ」の一言や手紙は、調理員さんがもっとおいしく作ろうと思う励みです。あなたの体はあなたが食べたものでできています。これからも、食から社会を見つめるSDGsを意識して、食べることを大切に、命を大切にしてください。



栄養教諭 竹中



～給食室に届いたお手紙を紹介します～

- ♡まいにち、おいしいきゅうしょくをつくってくれて、ありがとうございます。1年生のときから全部のこさずたべています。
- ♡ケンザッキーチキンが大好きなのでまだしてください。なんでもおかわりしたいです。
- ♡きゅうしょくは世界一おいしいです！